



14. Ilmenauer Osterlauf  
 Ilmenau, Ortsteil Heyda / 15.04.2017

□□□□

GOYMANN, Uwe

□□: Lauftreff Plaue

□□: 384

□□: 18.50 km

Lange Strecke

□□□□:

Senioren M55 (55-59 Jahre)

□□□: 1:40:37

□□: 11.03 km/h

□□□□: 5:26 min/km

□□□□□/□□□: 108 (of 173)

□□□□□/□: 100 (of 140)

□□□□□□: 1:06:14

□□□□□: 10(of 18)

□□□□□□□: 1:17:10

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
□□□	9.30	49:52	5:21	11	12:16	100	17:22	9.30	49:52	5:21	11	12:16	100	17:22
□□□	9.00	49:45	5:31	9	11:00	93	16:43	18.30	1:39:37	5:26	10	23:16	100	34:05
Ziel	0.20	1:00	5:00	7	0:11	84	0:23	18.50	1:40:37	5:26	10	23:27	100	34:23